مكتبة الطبخ - منتديات دكتور جوزاهي - Microsoft Internet Explorer

Fichier Edition Affichage Favoris Outils ?

Précédente Rechercher Favoris

Adresse http://drjoezahi.com/vb/forumdisplay.php?s=&f=100&page=1&pp=25&sort=dateline&order=desc&daysprune=-1

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 | 0 | 04:45 2009-09-17 بواسطة هدى | مجلة لها العدد 2003 - أناهيد دونيكيان<br>هدى |
| 15 | 3 | 03:39 2009-09-17 بواسطة هدى | كتاب حلويات ماجدولين<br>nayla |
| 33 | 5 | 01:17 2009-09-17 بواسطة ilhem | كتاب Viennoiserie - سميرة<br>ilhem |
| 22 | 3 | 03:47 2009-09-17 بواسطة handibae | كتاب شهرزاد بريوش وكعيكعات - نادية بوغلوس<br>ilhem |
| 73 | 16 | 04:36 2009-09-16 بواسطة هدى | كتاب Gâteaux simple et délicieux - معمري نادية (1 2)<br>هدى |
| 68 | 12 | 10:38 2009-09-17 بواسطة أم سامي | كتاب الحلويات و المأكولات الليبية (1 2)<br>أم سامي |
| 97 | 19 | 06:16 2009-09-16 بواسطة nayla | كتاب للحلويات المغربية لفاطمة ام عبده (1 2)<br>nayla |
| 47 | 8 | [illegible] بواسطة هدى | كتاب [illegible] 2 [illegible] ابو الهدى<br>هدى |
| 71 | 13 | 04:36 2009-09-15 بواسطة هدى | كتاب فقاص، غريبة وشهيوات تقليدية - الحاجة كلثوم (1 2)<br>هدى |
| 74 | 7 | 10:42 2009-09-14 بواسطة nayla | كتاب حلويات مسك الليل2 - ليلى بقة<br>nayla |
| 51 | 10 | 10:17 2009-09-16 بواسطة nayla | كتاب حلويات مسك الليل 1 - ليلى بقة (1 2)<br>nayla |
| 90 | 18 | 02:06 2009-09-16 بواسطة nayla | كتاب وصفات مغربية مصورة (1 2)<br>nayla |
| 62 | 6 | 10:17 2009-09-15 بواسطة mokadem | كتاب Gâteaux traditionnels 2 - سميرة<br>أم سامي |

# والمزيد من الكتب


رشيدة أمهاوش
الدواجن
و الطيور
drjoezahi.com

# الـدواجـن
# و الـطيـور



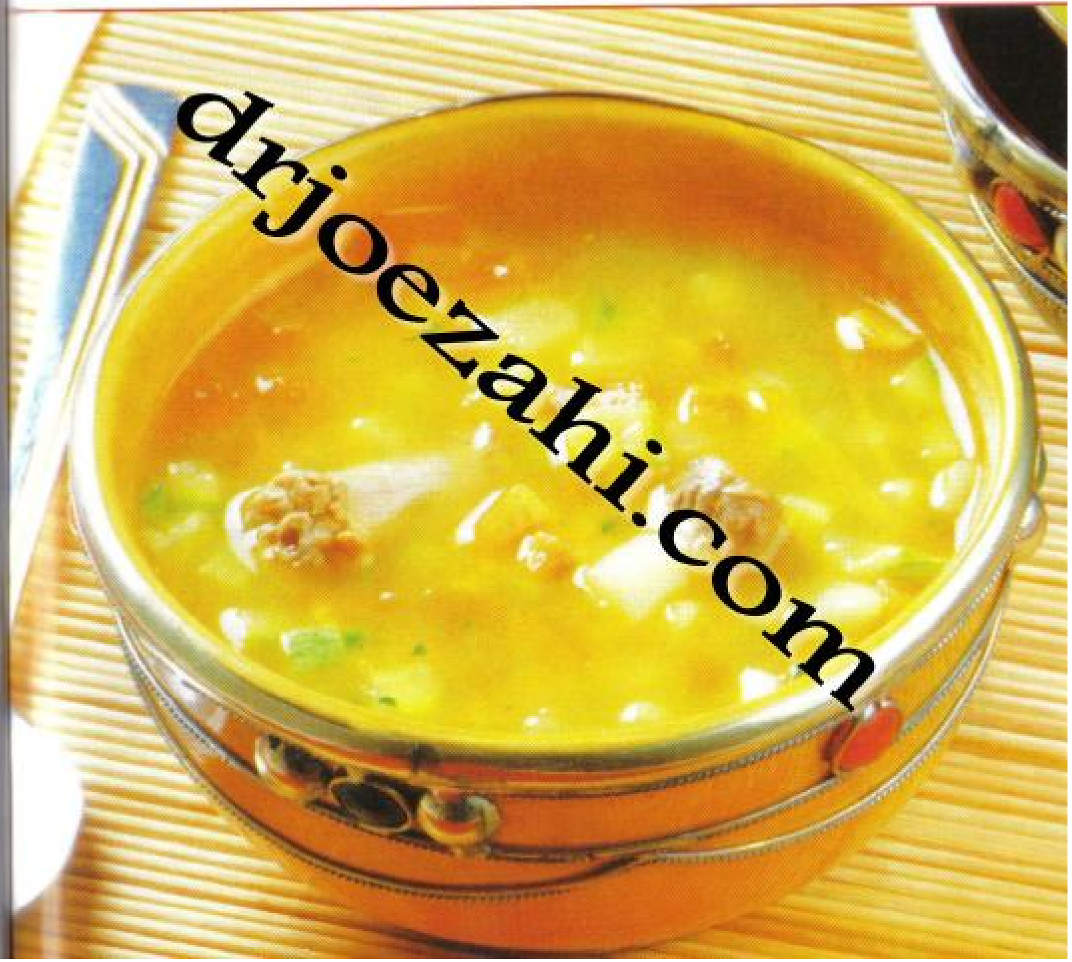


# حساء بالخضر و الدجاج

- 2 حبات من الكراث (البورو)
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- 250 غ من كبد، قنصات و أعناق الدجاج
- ملح و إبزار حسب الذوق
- لتر من الماء
- حبتان جزر
- حبتان لفت
- حبتان بطاطس
- ملعقة كبيرة من مسحوق النشا
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم

للتزيين :

- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم




## طريقة التحضير :

نغسل الخضر، ننقيها و نقطعها قطعا صغيرة و متساوية.



في الطنجرة نحمر قطع الكراث في الزبدة مع الكبد، القنصات و أعناق الدجاج. نرش بالملح و بالإبزار ثم نضيف الماء و الخضر المقطعة. نغطي الطنجرة و نترك الكل يغلي لمدة 25 دقيقة تقريبا.



في أنية صغيرة، نذيب مسحوق النشا في مقدار كأس صغير من الماء.



قبل 5 دقائق من نهاية الطهي، نفتح الطنجرة و نفرغ خليط النشا.



بعد التأكد من نضج قطع الدجاج نضيف مركز الطماطم و نحرك حتى يذوب كليا.



نضيف إلى الحساء البقدونس المفروم مع الإستمرار في التحريك لمدة دقيقتين و نقدمه ساخنا.

# مقبل مملح بالدجاج

- 500 غ من العجين المورق

**الحشوة :**

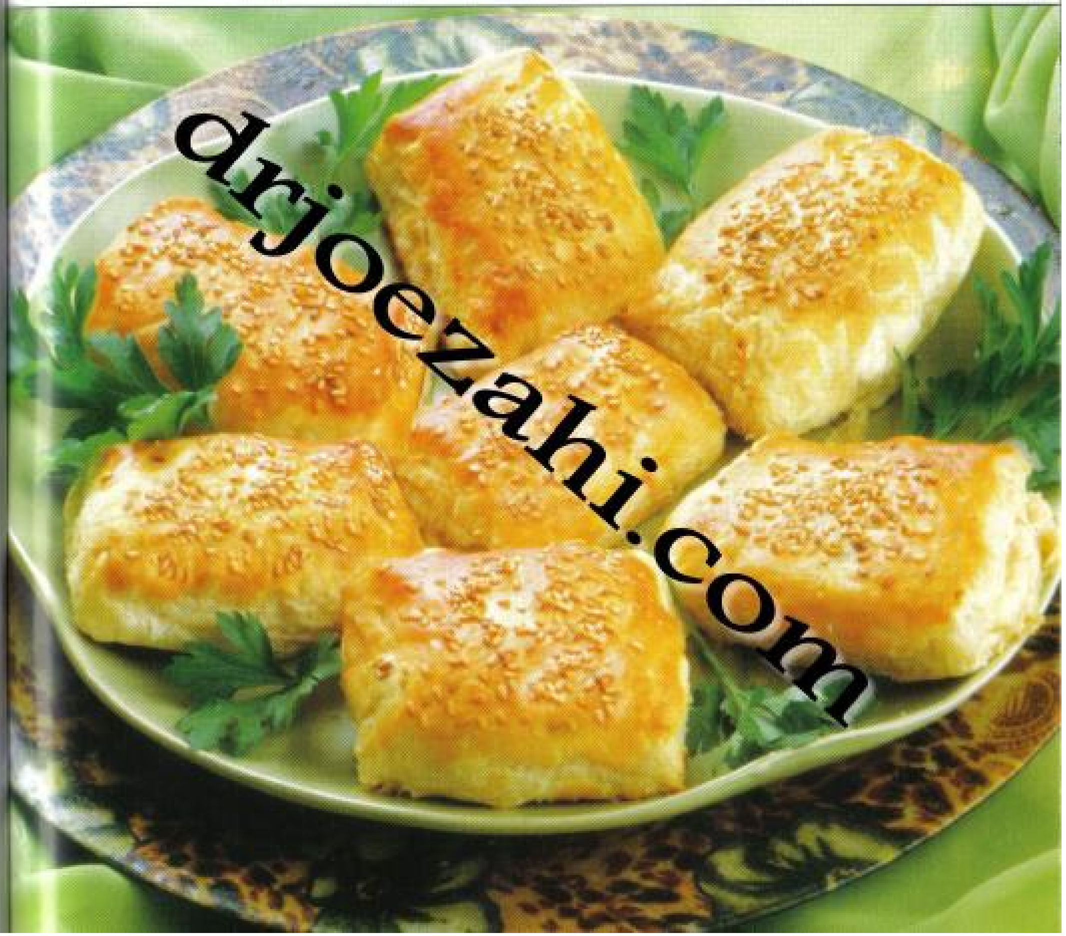
- 300 غ من شرائح الدجاج أو الديك الرومي
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- بيضة مخفوقة

**صلصة البيشاميل :**

- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملعقتان كبيرتان من الدقيق
- ربع لتر من الحليب
- ملح و إبزار
- قليل من الگوزة المحكوكة

**للتزيين :**

- قليل من الجنجلان




## طريقة التحضير :



لتحضير صلصة البيشاميل، نذيب الزبدة في كاسرول فوق نار متوسطة ثم نضيف الدقيق الأبيض و نحرك بالطراب اليدوي. نفرغ الحليب تدريجيا دون التوقف عن التحريك، نتبل بالملح، الإبزار و الگوزة. نخفق جيدا إلى أن يعقد الخليط ثم نزيله من فوق النار.



نقطع شرائح الدجاج إلى قطع مستطيلة و صغيرة ثم نقليها في المقلاة مع قليل من الزيت، الملح و الإبزار.



نفرغ البيشاميل في إناء كي تبرد، نضيف لها قطع الدجاج المقلية و نحرك لنحصل على حشوة متمازجة.



نورق العجين بالمدلك فوق طاولة مرشوشة بقليل من الدقيق. نضع مقياس ملعقة كبيرة من الحشوة و نترك فراغا بين كل حشوة و أخرى. ندهن جوانبها بالبيض المخفوق ثم نثني العجين فوق الحشوة و نقطع بجرارة الحلوى على شكل مربع أو على شكل آخر حسب الرغبة.



نصفف مربعات العجين المحشوة فوق صفيحة فرن و ندهن وجهها بالبيض المخفوق.



نزينها بحبات الجنجلان و ندخل الصفيحة للفرن الساخن بدرجة حرارة متوسطة حتى تنضج و تتحمر وذلك لمدة 30 دقيقة تقريبا.

# لفائف بالدجاج

- 6 وحدات من الخبز اللبناني

**الحشوة :**

- 250 غ من شرائح الدجاج
- ملح و إبزار
- ورقة سيدنا موسى
- فصان ثوم مفرومان
- 3 ملاعق كبيرة من صلصة المايونيز
- زلافة صغيرة من الجبن المفروم
- الهريسة حسب الذوق (ثانوية)
- بيضة مخفوقة
- زلافة صغيرة من الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي

**للتزيين :**

- 2 ملاعق كبيرة من الجبن المفروم




## طريقة التحضير :



لتحضير الحشوة، نطهي لحم الدجاج في ماء مملح مع إضافة الإبزار، ورقة سيدنا موسى و فصين من الثوم. نزيله و ندعه يبرد ثم نقطعه قطعا صغيرة جدا.



نفتح كل خبزة إلى نصفين لنحصل على قشرتي خبز رقيقتين. ندهن كل قطعة (من الداخل) بصلصة المايونيز و نضع وسطها، بالطول مقياس ملعقتين كبيرتين من الحشوة دون الوصول إلى الحافتين.



نرش قليلا من الجبن المفروم. يمكننا إضافة الهريسة حسب الذوق.



نلف قشرة الخبز حول الحشوة على شكل قضيب رقيق. نغرس فيه أحد العيدان الخشبية الصغيرة لكي لا تتسرب الحشوة.



نضعه بعد ذلك في البيض المخفوق ثم مباشرة في الخبز المحمص و المطحون. نستمر في نفس العملية حتى ننهي باقي الدجاج.



في حمام زيت ساخن، نقلي لفائف الدجاج و نحمرها من جميع الجوانب. نضعها فوق ورق التنشيف لتتشرُّب الزيت.

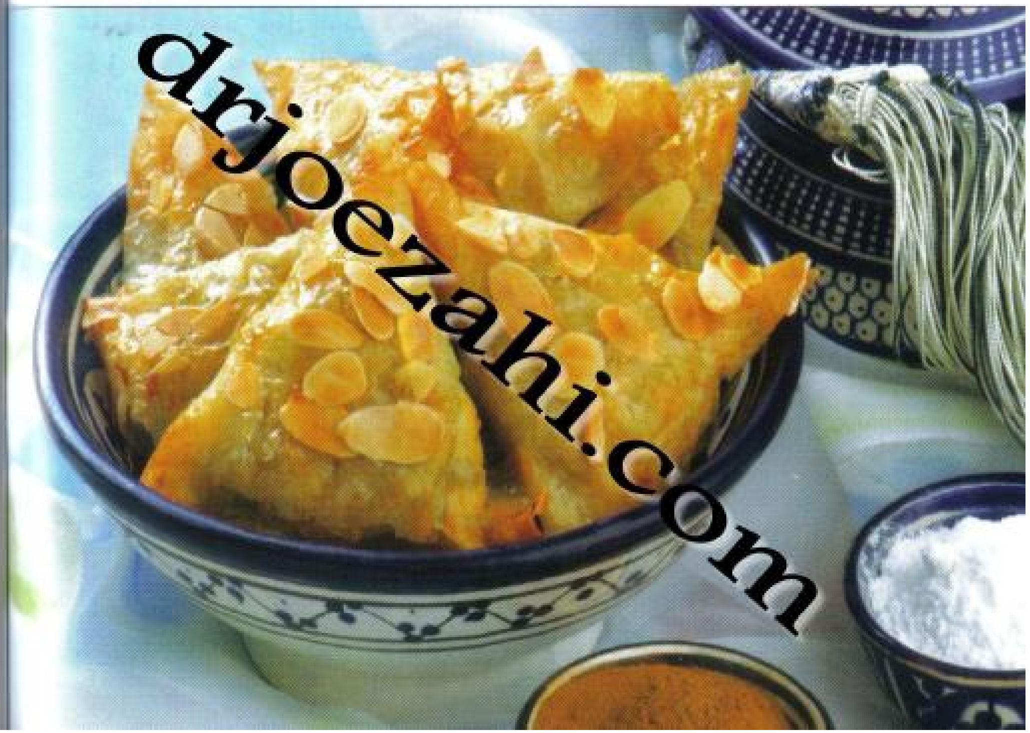
قبل أن تقدم يستحسن تقطيع الحافتين بالمقص لكونهما مقرمشتان و فارغتان من الحشوة. كما يمكن تقديم هذه اللفائف مقطعة إلى نصفين و تزيينها بالجبن المفروم.

# بريوات بالدجاج

- دجاجة من وزن 1,5 كلغ
- 5 بصلات متوسطة الحجم مفرومة
- ربع كأس صغير من الزيت
- ملح حسب الذوق
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ملعقة صغيرة من القرفة
- قليل من الزعفران الملون
- قليل من الزعفران الحر
- الماء الكافي (تقريبا 1لتر)
- باقة من البقدونس مفرومة
- 8 بيضات
- 500 غ من ورقة البسطيلة الكبيرة الحجم
- 200 غ من الزبدة المذابة
- أصفر بيضة أو ملعقة كبيرة من الدقيق مخلطة بملعقتين كبيرتين من الماء

**للتزيين :**

- 3 ملاعق كبيرة من العسل
- 100 غ من رقائق اللوز محمرة




## طريقة التحضير :

نغسل الدجاج و ننقيه ثم نقليه في طنجرة مع البصل المفروم، الزيت، الملح و التوابل. عندما يتحمر البصل، نضيف الماء، نغلق الطنجرة و ندع الدجاج يطهى فوق نار متوسطة لمدة 30 دقيقة.



قبل 5 دقائق على نضج الدجاج، نضيف البقدونس و نحرك قليلا إلى نهاية الطهي. نزيل الدجاج من الطنجرة و نقطعه قطعا صغيرة مع إزالة العظام كلها. نبقي المرق في الطنجرة على نار هادئة.



نكسر البيض على المرق الواحدة تلو الأخرى مع التحريك جيدا لبضع دقائق حتى ينضج البيض و يتقلص المرق.



نضيف قطع الدجاج على خليط المرق و البيض و نحرك ثم نحتفظ بالخليط في آنية.



نقطع ورقة البسطيلة إلى أشرطة طويلة، ندهن كل شريط بالزبدة المذابة و نضع مقياس ملعقة كبيرة من خليط الدجاج. نثنيه على شكل مثلث و ذلك بطيه من اليمين إلى اليسار و من اليسار إلى اليمين.



نلصق آخر الشريط بأصفر البيض أو خليط الدقيق بالماء. في صفيحة فرن مدهونة بالزبدة، نصفف البريوات و ندهنها بالزبدة المذابة ثم ندخلها إلى الفرن الساخن (180 درجة) حتى تتحمر و ذلك لمدة 20 دقيقة.

نقدمها ساخنة و مزينة بالعسل و رقائق اللوز كما يمكنك تزيينها بالسكر الصقيل و القرفة.

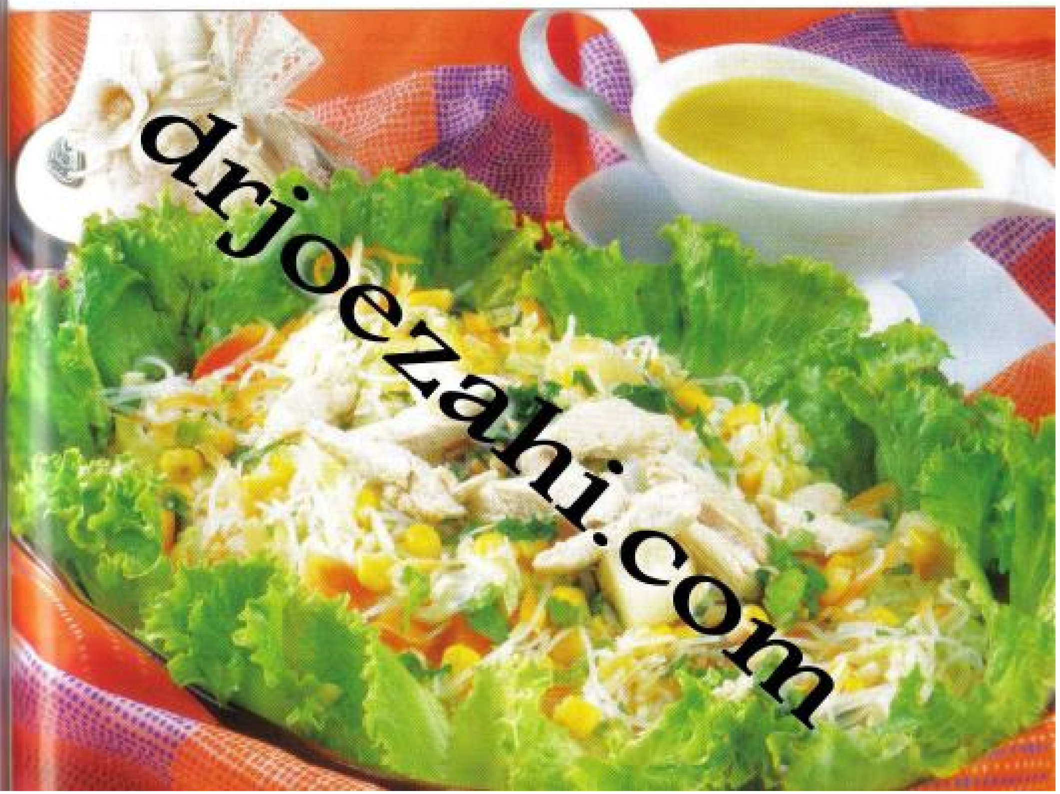
# سلطة بشرائح الدجاج

- 250 غ من شرائح الدجاج
- الملح و الإبزار
- 2 ملاعق كبيرة من الزيت
- كيس صغير من الشعرية الصينية (100 غ)
- ربع زهرة كرنب أبيض (ملفوف) محكوكة في حكاكة ذات ثقوب كبيرة
- حبة جزر محكوكة
- زهرة خس صغيرة
- حبة خيار صغيرة محكوكة
- علبة صغيرة من الذرة (140 غ)
- علبة من الفواكه المصبرة (200 غ)

**الصلصة :**

- ملعقة كبيرة من الخردل (la moutarde)
- ملعقة كبيرة من الخل
- ملح و إبزار
- كأس صغير من الزيت
- 2 ملاعق كبيرة من العسل
- ملعقة كبيرة من صلصة الصوجا

**للتزيين :** - ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم




## طريقة التحضير :



نقطع شرائح الدجاج إلى قطع مستطيلة و نرشها بقليل من الملح و الإبزار. نسخن قليلا من الزيت في مقلاة و نقلي قطع الدجاج إلى أن تطهى.



نضع الشعرية الصينية في إناء و نفرغ عليها ماءً مغلي. نتركها لبضع دقائق حتى تصبح رطبة و منتفخة ثم نصفيها من الماء و نقطعها. نضيف لها قطع الكرنب، الجزر المحكوك، أوراق الخس المقطعة، الخيار المحكوك ثم حبات الذرة. نمزج الكل جيدا.



نفتح علبة الفواكه المصبرة، نصفيها و نضيفها إلى الخليط.



لتحضير الصلصة، نضع في إناء كلا من الخردل، الخل، الملح، الإبزار و الزيت. نخفق هذه العناصر إلى أن تصبح الصلصة سميكة، نضيف لها العسل و صلصة الصوجا ثم نخفق مرة أخرى.



نضيف قطع الدجاج إلى السلطة ثم نسقي خليط الشعرية بنصف الصلصة المحضرة و نخلط بمهل.

عند التقديم، نصفف أوراق الخس في طبق التقديم، نضع السلطة في الوسط، نزين بالبقدونس المفروم ثم نقدمها مرفوقة بالصلصة المتبقية.

# حساء مرفوق بالدجاج المحمر

| | |
|---|---|
| - دجاجة من وزن 1.5 كلغ | - 2 ملاعق كبيرة من الزبدة |
| - حبة بصل مفرومة | - زلافة كبيرة من الشعرية الرقيقة |
| - حبة طماطم | - ملعقة كبيرة من الزيت |
| - ملح | |
| - قبصة من المسكة الحرة | **للتقديم :** |
| - حبتان هيل | - 250 غ من المقرونة الملونة |
| - لتر و نصف من الماء | - جبن مفروم |







## طريقة التحضير :



نغسل الدجاج جيدا، نقطعه و نضعه في الطنجرة. نضيف له كلا من البصل المفروم، حبة الطماطم كاملة، الملح، المسكة حرة، حبة هيل ثم الماء. نضع الكل يطهى لمدة 30 دقيقة أو حتى ينضج لحم الدجاج. نحرص على إبقاء المرق الكافي في الطنجرة لتحضير الحساء.



نزيل الدجاج من الطنجرة، نضعه في آنية فرن ثم نضيف قطع الزبدة و ندخله الفرن ليتحمر.



أثناء هذا الوقت نحضر الحساء كالتالي : نزيل حبة الطماطم من الطنجرة و نطحنها بالطحانة الكهربائية.



نحمر الشعرية في مقلاة مع قليل من الزيت.



نضيف الطماطم المطحونة و الشعرية المحمرة إلى المرق و ندعه يغلي فوق النار حتى تطهى الشعرية. خلال هذه الأثناء، نسلق المقرونة في ماء مملح و نصفيها. نذيب فيها قليلا من الزبدة و الجبن المفروم.

نقدم هذا الحساء مرفوقا بالدجاج المحمر و المقرونة الملونة.

# قضبان الديك الرومي

- 500 غ من شرائح الديك الرومي

**الشرمولة :**

- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملح
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- فصان ثوم مهروسان
- ملعقة كبيرة من الزيت
- ملعقة صغيرة من عصير الحامض




## طريقة التحضير :



نقطع شرائح الديك الرومي على شكل شرائط (20x3 سنتم).



لتحضير الشرمولة، نضع في إناء كلا من البقدونس، الملح، التحميرة، الكمون، الثوم، الزيت و عصير الحامض ثم نخلط جيدا.



نغمس شرائط الديك الرومي في الشرمولة ثم نركبها بشكل متدحرج في القضبان أو في العيدان الخشبية الخاصة بالشي.



عند استعمال الشواية الكهربائية، نصب الماء أولا في القعر قبل تزويد الكهرباء لنتفادى تتصاعد الدخان أثناء الشي.



نشوي قضبان الديك الرومي من الجهتين و نقلبها من حين لآخر إلى أن تطهى.
نقدمها في حينها.

# أجنحة الدجاج مقلية






- 12 أجنحة دجاج

**الشرمولة :**

- ملعقة كبيرة من القزبر
- ملعقة كبيرة من البقدونس
- ربع ملعقة صغيرة من الملح
- ربع ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
- 5 ملاعق كبيرة من الزيت
- عصير نصف حامضة

**للقلي :**

- بيضتان مخفوقتان
- الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي

## طريقة التحضير :



لتحضير الشرمولة، نضع في إناء كلا من القزبر، البقدونس، الملح، الإبزار، التحميرة، الكمون، الثوم، الزيت و عصير الحامض ثم نخلط جيدا.



ننقي جيدا أجنحة الدجاج، نغسلها ثم نضعها في الشرمولة، و نحتفظ بها في الثلاجة لمدة نصف ساعة تقريبا كي تتسرب لها نكهة الشرمولة.



قبل القلي، نغطس الأجنحة في البيض المخفوق ثم في الخبز المحمص و المطحون.



نقليها في حمام زيت ساخن حتى تتحمر. نضعها فوق ورق التنشيف لتتشرب الزيت و نقدمها ساخنة مرفوقة بسلطة أو كراتان بالخضر.

# ملفوف بكفتة الدجاج

- 1 كلغ من لحم الدجاج المفروم أو لحم الديك الرومي بدون توابل (كفتة)
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- 4 ملاعق كبيرة من عصير الحامض
- 6 فصوص ثوم مهروسة
- 2 ملاعق كبيرة من القزبر المفروم
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- 5 ملاعق كبيرة من الزيتون مقطع إلى قطع صغيرة
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- 5 بيضات

**للتزيين :**

- حبات من الزيتون الأسود
- حبات من صغار الطماطم




## طريقة التحضير :



في إناء نخلط نصف كمية لحم الدجاج المفروم مع ملعقتين من الزيت، الملح، الإبزار، ملعقتين من عصير الحامض و نصف كمية الثوم المهروس.



و في إناء آخر نخلط باقي اللحم المفروم مع الزيت المتبقى، عصير الحامض و الثوم المتبقى، القزبر و البقدونس، قطع الزيتون، الملح، الإبزار ثم مركز الطماطم.



فوق شريط من البلاستيك الغذائي نبسط النصف الأول من اللحم المفروم على شكل مستطيل ثم نبسط فوقه النصف الثاني حتى يأخذ نفس الشكل.



نسلق البيض، نقشره و نصففه فوق اللحم المفروم ثم نلف هذا الأخير حول البيض لنحصل على شكل قضيب. نزيل البلاستيك الغذائي كلما تقدمنا في اللف.



نلف ملفوف اللحم المفروم بورق الألمنيوم ثم نضعه في قالب فرن مستطيل الشكل.



نفرغ قليلا من الماء في صفيحة فرن، نضع فيها القالب و ندخل الكل إلى الفرن الساخن بحرارة 200° لمدة 30 دقيقة تقريبا. نخرج ملفوف اللحم المفروم نزيله من ورق الألمنيوم و نضعه في طبق التقديم مرفوقا بصلصة البيشاميل (أنظر ص. 5) مع البقدونس أو بصلصة الطماطم.

# لفائف بصدر الديك الرومي





- 4 شرائح من صدر الديك الرومي
- ملح و إبزار
- ملعقة صغيرة من الثوم المهروس

**للقلي :**

- بيضتان مخفوقتان
- الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي

**للتقديم :**

بطاطس مقلية

## طريقة التحضير :



نغطي شرائح الديك الرومي بشريط من البلاستيك الغذائي و ندقها قليلا لتترقق. نرشها بالملح و الإبزار ثم بالثوم المفروم.



نلف الشرائح بالطول حول نفسها لنحصل على شكل سيكار.



نلف البلاستيك الغذائي حول اللفائف، نعقد الجوانب جيدا و عندها سينقص طول اللفائف.



نغلي لترا من الماء في طنجرة الضغط. نضع لفائف الديك الرومي في الكسكاس و نغطي الطنجرة و ندع اللفائف تتبخر لمدة 20 دقيقة.



نزيل البلاستيك الغذائي من اللفائف و نغمسها في البيض المخفوق ثم في الخبز المحمص و المطحون.



نقليها في حمام زيت ساخن حتى تتحمر ثم نضعها فوق ورق التنشيف لتتشرب الزيت.
نقدمها ساخنة مرفوقة بالبطاطس المقلية.

# كفتة الديك الرومي بالفلفل

- 1 كلغ من لحم الديك الرومي المفروم (كفتة)
- 5 ملاعق كبيرة من الزيت
- فصان ثوم مهروسان
- ملعقة كبيرة من القزبر المفروم
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- 2 ملاعق كبيرة من الزيتون مقطع إلى قطع صغيرة
- الملح
- ملعقة صغيرة من الكمون
- ملعقة صغيرة من التحميرة
- زلافة صغيرة من لب الخبز مبلل بالماء
- بيضتان
- حبة فلفل أحمر
- حبة فلفل أصفر
- حبة فلفل أخضر




## طريقة التحضير :



في إناء، نخلط كلا من لحم الديك الرومي المفروم، الزيت، الثوم المهروس، القزبر، البقدونس، قطع الزيتون، الملح، الكمون، التحميرة، لب الخبز و البيض. نقسم الخليط إلى ثلاثة أجزاء.



نفرش ورق الألمنيوم في قالب فرن مستطيل الشكل و نضع ثلث كمية اللحم المفروم ثم نبسطه جيدا بالملعقة.



نغسل الفلفل، ننشفه و نقطعه إلى نصفين أو أكثر (حسب حجم القالب). نصفف الفلفل الأحمر فوق اللحم المفروم و نرشه بقليل من الملح.



نضع الثلث الثاني من اللحم المفروم، نبسطه بالملعقة و نصفف فوقه الفلفل الأصفر ثم نرش بقليل من الملح.



نضع باقي اللحم المفروم ثم نصفف الفلفل الأخضر و نرش بقليل من الملح.



نفرغ قليلا من الماء في صفيحة فرن غير عميقة و نضع فيها القالب. نغطي الآنية بورق الألمنيوم و ندخل الكل إلى الفرن الساخن بحرارة 200° لمدة 30 دقيقة تقريبا. نخرج القالب من الفرن و نتركه يبرد قليلا. نزيل منه ورق الألمنيوم و نضعه في طبق التقديم، حيث تكون جهة الفلفل الأخضر هي الجهة السفلى. يقدم ساخنا مرفوقا بصلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 5) أو بصلصة الطماطم.

# صدر الدجاج بالحشوة

- صدر دجاجة كامل
- ملح و إبزار
- 8 شرائح من جبنة الموزاريلا
- 8 شرائح رقيقة من المورتديلا
- 2 ملاعق كبيرة من الجبن المفروم
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- نصف كأس صغير من الماء




## طريقة التحضير :



نفتح شريحتي صدر الدجاج من الوسط و من جهة واحدة بواسطة سكين حاد لنحصل على شريحتين عريضتين و رقيقتين ثم نرشهما بقليل من الملح و الإبزار.



نقطع الموزريلا إلى دوائر ثم نوزعها فوق نصف كل شريحة دجاج. نضيف المورتديلا المقطعة إلى أجزاء رقيقة.



نرش بالجبن المفروم و نثني نصف شريحة الدجاج الفارغة.



نقفل كل شريحة بالعيدان الخشبية و نحرص على إزالتها عند التقديم.



نصفف شريحتي الدجاج المحشوتين في آنية فرن ثم نرشها بالملح و الإبزار. نرشها بالجبن المفروم و نوزع قطع الزبدة على الآنية. نفرغ مقدار نصف كأس صغير من الماء ثم ندخل الآنية إلى الفرن الساخن (200°) لمدة 30 دقيقة تقريبا.
نقدمها ساخنة و مرفوقة بطبق خضر.

# گراتان لفائف الديك الرومي

- 500 غ من لحم الديك الرومي المفروم (كفتة) بدون توابل
- ملعقة كبيرة من القزبر المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملعقة صغيرة من الكمون
- ملح و إبزار
- 4 فصوص ثوم مهروسة
- 2 ملاعق كبيرة من عصير الحامض
- 500 غ من شرائح الديك الرومي الرقيقة
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة

**الصلصة :**

- ملعقة و نصف من الخردل (la moutarde)
- علبة من القشدة الطرية (200 غ)
- ملح و إبزار




## طريقة التحضير :



في إناء، نخلط كلا من كفتة الديك الرومي مع القزبر، البقدونس، الكمون، الملح، الإبزار، الثوم و عصير الحامض. نحضر كويرات متوسطة الحجم بهذا الخليط.



نرش شرائح الديك الرومي بالملح و الإبزار و نقطعها على شكل شرائط (15x3 سنتم) ثم نلفها حول كويرات الكفتة و نصففها في آنية فرن مدهونة بالزبدة.



لتحضير الصلصة، نخلط الخردل مع القشدة الطرية ثم نرش بالملح و الإبزار و نحرك.



نوزع قطع الزبدة فوق لفائف الديك الرومي، نفرغ الصلصة على اللفائف و ندخل الآنية إلى الفرن الساخن (180°) من 25 إلى 30 دقيقة.
نقدمها ساخنة و مرفوقة بسلطة خضراء.

**إفادة :**

يمكنك تعويض صلصة القشدة الطرية و الخردل بصلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 5).

# أفخـذة الـدجـاج مـقـلـيـة

- نصف كيلو من أفخذة الدجاج
- حبة بصل
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- ملح
- ربع ملعقة صغيرة من بودرة الزنجبيل
- قليل من الزعفران الملون
- كأس كبير من الماء
- بيضة مخفوقة
- الخبز المحمص و المطحون
-زيت للقلي




## طريقة التحضير:



نغسل أفخذة الدجاج، ننقيها و نُقَلِّيها في طنجرة مع البصل المفروم، الزيت، الملح، بودرة الزنجبيل و الزعفران.



عندما يتحمر البصل، نصب الماء و ندع الأفخذة تطهى فوق نار متوسطة لمدة 25 دقيقة.



نزيل الأفخذة من المرق، نغمسها في البيض المخفوق ثم في الخبز المحمص و المطحون. نحتفظ بالمرق ساخنا للتقديم.



نقلي الأفخذة في حمام زيت إلى أن تتحمر من جميع الجوانب ثم نضعها فوق ورق التنشيف لامتصاص الزيت. نقدمها ساخنة مرفوقة بالبطاطس المقلية و المرق.

# صدر الديك الرومي بالسبانخ

- باقة من السبانخ
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- فصان ثوم مهروسان
- قليل من الهريسة حسب الذوق
- ملح و إبزار
- 4 شرائح رقيقة من صدر الديك الرومي

**للقلي :**

- بيضتان مخفوقتان
- زلافة صغيرة من الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي




## طريقة التحضير :



نغسل السبانخ جيدا، نقطعها و نضعها في مقلاة فوق نار هادئة مع الزبدة. نضيف لها الثوم المهروس، الهريسة، الملح و الإبزار و نحرك إلى أن يتبخر الماء كليا و نحتفظ بها جانبا.



ندق شرائح اللحم في البلاستيك الغذائي، لترققها ثم نرشها بقليل من الملح و الإبزار.



نضع فوق كل شريحتي لحم قليلا من السبانخ و نغطيها بشريحة لحم أخرى.



نغمس الشرائح المحشوة في البيض المخفوق من الجهتين ثم في الخبز المحمص و المطحون.



نقلي الشرائح في حمام زيت ساخن حتى تتحمر من الجهتين. نضعها فوق ورق التنشيف لتتشرب الزيت ثم نقدمها ساخنة.

# دجــاج بـالـصـلـصـة الـبـيـضـاء و الـفـطـر







- دجاجة من وزن 1,5 كلغ
- حبتان بصل مقطعتان إلى قطع صغيرة
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من الخردل (la moutarde)
- 2 أوراق سيدنا موسى
- كأس كبير من الماء
- علبة من الفطر المقطع مغسول و مصفى (150 غ)
- علبة صغيرة من القشدة الطرية (200 غ)
- قليل من الزعفران الملون

## طريقة التحضير :



نغسل الدجاج جيدا و نقطعه. نحمر البصل في طنجرة مع الزبدة، الثوم، الملح، الإبزار، الخردل و ورق سيدنا موسى. نضيف قطع الدجاج، نحرك قليلا ثم نصب الماء. نغلق الطنجرة و ندعها تغلي لمدة 40 دقيقة تقريبا إلى أن يطهى الدجاج.



نزيل غطاء الطنجرة و نضيف شرائح الفطر إلى الدجاج.



قبل أن يتبخر المرق كليا، نضيف القشدة الطرية و قليلا من الزعفران الملون. ندع الكل يغلي قليلا مع التحريك باستمرار. نزيل ورق سيدنا موسى و نقدم الدجاج ساخنا مرفوقا بالصلصة و الفطر.

# فــراخ الدجــاج بـصـلـصـة الـيـاغـورت







- 2 فراخ الدجاج (الكوكلي)
- حبة طماطم محكوكة
- كأس ياغورت طبيعي (125 غ)
- ملح و إبزار
- 4 فصوص ثوم مهروسة
- ملعقة صغيرة من الزعتر
- ملعقة كبيرة من الزيت
- ملعقتان كبيرتان من عصير الحامض

## طريقة التحضير :



نغسل الفراخ بالماء و نفتح ظهورها على الطول بسكين أو بمقص كبير.



في إناء، نخلط كلا من الطماطم المحكوكة، الياغورت الطبيعي، الملح، الإبزار، الثوم، الزعتر، الزيت و عصير الحامض.



نرقد الفراخ في الصلصة و نضعها في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل. خلال هذه الأثناء يمكننا تحضير خضر أو سلطة لتقديمها مع هذا الطبق.



نشوي الفراخ من الجهتين، نسقيها بالصلصة من حين لآخر إلى أن تطهى و تتحمر.
نقدمها في حينها مرفوقة بطبق خضر أو بالسلطة.

# أفخذة دجاج محشوة بالقمرون

- 6 أفخذة دجاج

**الحشوة :**

- 50 غ من الشعرية الصينية
- حبة بصل كبيرة مقطعة
- 2 ملاعق كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- 250 غ من القمرون المسلوق و المنقى
- 150 غ من لحم الدجاج المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملعقة كبيرة من صلصة الصوجا
- الصلصة الحارة أو الهريسة (حسب الذوق)
- 2 ملاعق كبيرة من الزبدة
- كأس كبير من الماء
- زيت الزيتون




## طريقة التحضير :



بسكين صغير نزيل عظم الأفخذة مع الحرص على الحفاظ على اللحم كاملا دون فتحه. و ذلك بفصل العظم عن اللحم بمهل ثم بعدها يمكننا إزالة العظم بسهولة.

**الحشوة :**

* نضع الشعرية الصينية في إناء و نفرغ عليها ماءً مغلى و نتركها لبضع دقائق حتى تصبح رطبة و منتفخة. بعد ذلك نصفيها و نقطعها قطعا صغيرة.

* نقلي البصل في الزيت، نرشه بالملح و الإبزار ثم نحرك حتى يصبح شفافاً.



في إناء آخر، نقطع القمرون إلى قطع صغيرة و نضيف كلا من الشعرية الصينية، البصل، كفتة الدجاج، البقدونس المفروم، الملح، الإبزار، صلصة الصوجا و الصلصة الحارة. نخلط حتى تمتزج هذه العناصر مع بعضها.



نملأ أفخذة الدجاج بالحشوة ثم نقفلها بالعيدان الخشبية مع الحرص على إزالتها عند التقديم.



ندهن آنية فرن بالزبدة و نصفف الأفخذة المحشوة. نرش بالملح و الإبزار ثم نضع قطع الزبدة و نصب الماء. ندخل الآنية إلى الفرن المسخن بدرجة حرارة 180° لمدة 30 دقيقة تقريبا حتى تتحمر و يصبح لونها ذهبيا.

عند التقديم، نصفف الأفخذة المحشوة في طبق التقديم مرفوقة بخضر مسلوقة و مسقية بزيت الزيتون.

# دجاج بالخبز المحمص و المطحون

- ملعقة كبيرة من الخردل
- ملح و إبزار
- كأس ياغورت طبيعي (125 غ)
- بيضة
- دجاجة من وزن 1.5 كلغ
- الخبز المحمص و المطحون
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة




## طريقة التحضير :



في إناء نخلط كلا من الخردل، الملح، الإبزار و الياغورت الطبيعي.



نضيف البيضة للخليط و نخفق جيدا.



نغسل الدجاجة جيدا، نزيل لها الجلد و نقطعها إلى عدة قطع. نرقدها في الصلصة و نتركها لمدة ساعتين على الأقل في الثلاجة (من الأحسن وضعها ليلة كاملة في هذه الصلصة).



نكسو قطع الدجاج واحدة تلو الأخرى بالخبز المحمص و المطحون.



في آنية فرن، نفرغ ما تبقى من الصلصة و نصفف قطع الدجاج ثم نضع قطع الزبدة من الأعلى. ندخل الآنية إلى الفرن الساخن (200°) لمدة 30 دقيقة تقريبا أو حتى تتحمر قطع الدجاج.

تقدم ساخنة مرفوقة بالخضر أو بالبطاطس المقلية.

# شرائح الدجاج بالصلصة

- 500 غ من شرائح الدجاج
- ملعقتان كبيرتان من الخردل (la moutarde)
- حبتان بصل
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- نصف كأس شاي من الماء
- 3 ملاعق كبيرة من القشدة الطرية




## طريقة التحضير:

نقطع شرائح الدجاج إلى شرائط صغيرة ثم نضعها في إناء. نضيف لها الخردل و نحرك ثم نتركها في الثلاجة لمدة ساعة تقريبا.



نقشر البصل و نغسله، نقطعه إلى شرائح ثم نضعها في مقلاة لنحمرها مع الزيت. نرش بالملح و الإبزار.



حين يصبح لون البصل شفافا نضيف شرائح الدجاج و نحرك من حين لآخر حتى تطهى هذه الأخيرة.



في إناء صغير، نذيب الطماطم المركزة في الماء و نفرغه على خليط الدجاج و البصل.



نضيف القشدة الطرية و نترك المرق يتقلص على نار هادئة.
نقدمه ساخنا مرفوقا بطبق من الأرز.



# لازان بالدجاج و السبانخ

- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- 250 غ من اللازان
- 300 غ من لحم الدجاج المفروم
- 50 غ من الزبدة
- حبة بصل محكوكة
- ربع ملعقة صغيرة من الكمون
- ربع ملعقة صغيرة من التحميرة
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- باقة من السبانخ
- ملعقة كبيرة من الزبدة

**صلصة البيشاميل :**

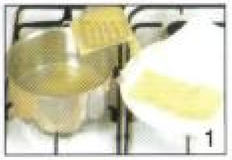
أنظر الصفحة 5

**للتزيين :**

- 150 غ من الجبن المفروم (الگرويير)




## طريقة التحضير :







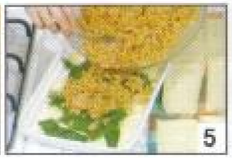



1 - نغلي الماء في كاسرول مع الملح و ملعقة من الزيت. نسلق أوراق اللازان لمدة 5 دقائق. نزيلها واحدة تلو الأخرى و نضعها فوق منديل نظيف.

2 - في مقلاة، فوق نار متوسطة، نقلي كفتة الدجاج في ثلاث ملاعق كبيرة من الزيت. نضيف كلا من الملح، البصل المحكوك، الكمون، التحميرة و البقدونس المفروم. نحرك من حين لآخر مع الحرص على أن نفكك الكفتة خلال الطهي.

3 - نغسل السبانخ جيدا، ندعها تستقطر ثم نقطعها. في مقلاة فوق نار متوسطة، نقلي السبانخ في الزبدة و نرشها بالملح. نحرك باستمرار إلى أن يتبخر الماء ثم نزيلها من فوق النار.

في آنية فرن مدهونة بالزبدة نصفف على شكل طبقات العناصر التالية :










4 - طبقة اللازان المسلوقة (عدد الأوراق يختلف حسب حجم الآنية) ثم نبسط فوقها مقدار نصف كمية السبانخ.

5 - نفرغ نصف كمية الكفتة ثم نبسطها بملعقة.

6 - نبسط ملعقتين كبيرتين من صلصة البيشاميل.

7 - نضيف طبقة أخرى من اللازان.

8 - نبسط فوقها السبانخ المتبقية ثم النصف المتبقى من الكفتة و ندهن بقليل من البيشاميل.

9 - نختم بطبقة من اللازان، نفرغ باقي صلصة البيشاميل ثم نرش الجبن المفروم و ندخل الآنية إلى الفرن الساخن (180°) لمدة 30 دقيقة حتى يتحمر وجه الگراتان.

يقدم هذا الطبق ساخنا.



# فراخ الدجاج برقائق اللوز




- 2 من فراخ الدجاج (الكوكلي)
- ملعقة كبيرة من الجنجلان
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملح و إبزار
- نصف كأس صغير من الزبدة المذابة
- بيضتان مخفوقتان
- 80 غ من الجبن المفروم
- ملعقة كبيرة من رقائق اللوز
- كأس صغير من الماء

## طريقة التحضير :



نغسل الفراخ بالماء و نفتح ظهورها على الطول بسكين أو بمقص كبير.



في إناء، نخلط كلا من الجنجلان، التحميرة، الثوم، الملح، الإبزار و الزبدة المذابة.



ندهن الفراخ جيدا بالخليط و نغمسها في البيض المخفوق من الجهتين.



ندهن صفيحة فرن بالزبدة و نصفف فيها الفراخ. نرشها بالجبن المفروم و رقائق اللوز ثم نضيف الماء. ندخل الصفيحة الفرن الساخن (180°) لمدة 25 دقيقة. تقدم الفراخ ساخنة مرفوقة بطبق خضر.

# أفخذة دجاج محشوة بالكبد

- زلافة صغيرة من كبد الدجاج
- فولة غنم
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- 2 ملاعق كبيرة من الحامض المرقد مقطع إلى قطع صغيرة
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- 3 ملاعق كبيرة من الزيتون مقطع إلى قطع صغيرة
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملعقة صغيرة من الكمون
- 6 أفخذة دجاج (بدون رجل)
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة
- كأس كبير من الماء




## طريقة التحضير :



نغسل كبد الدجاج و نقطعه إلى قطع صغيرة، نزيل قشرة فولة الغنم ثم نقطعها إلى مكعبات صغيرة.



نقلي الكبد في ملعقة كبيرة من الزيت مع رشها بالملح و الإبزار.



نقلي الفولة في مقلاة في ملعقة كبيرة من الزيت مع رشها بالملح و الإبزار.



نخلط في إناء كلا من قطع الكبد، قطع فولة الغنم، الحامض، البقدونس، الزيتون، الثوم، الملح و الكمون.



نزيل عظم فخذ الدجاج و نضع مكانه مقدار ملعقة صغيرة من الحشوة.



نقفل جوانب الفخذ بالعيدان الخشبية، كما يمكننا خياطتها بالخيط الغذائي مع الحرص على إزالته عند التقديم.



ندهن آنية فرن بالزبدة، نصفف أفخذة الدجاج و نرشها بالملح و الإبزار. نصب الماء ثم نوزع قطعا من الزبدة و ندخل الآنية إلى الفرن المسخن بدرجة حرارة °180 لمدة 30 دقيقة تقريبا حتى تتحمر.

# صدر الديك الرومي بالحشوة

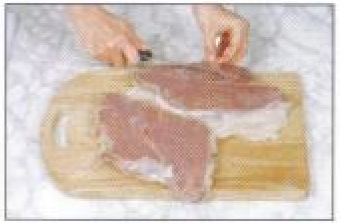
- صدر الديك الرومي كامل بجلده

**الحشوة :**

- حبتان كبيرتان من البصل مفرومتان
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- ملح
- إبزار
- 100 غ من لحم الديك الرومي المدخن (الكاشير) مقطع إلى مربعات
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- 200 غ من الأرز المسلوق في ماء مملح
- بيضة
- ملعقة كبيرة من الزعيترة اليابسة
- زلافة صغيرة من الزبدة المذابة
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة
- كأس صغير من الماء




## طريقة التحضير :



فوق طاولة، نبسط صدر الديك الرومي ثم نزيل قليلا من اللحم الزائد من الوسط كي نعطي له شكل شريحة مرققة. يمكننا الاحتفاظ بهذا اللحم لاستعماله في أطباق أخرى كالشوارما مثلا.



**الحشوة** : نقلي البصل في الزيت، نرشه بالملح و الإبزار ثم نحرك حتى يصبح شفافا.
في إناء، نخلط كلا من البصل المحمر، قطع الديك الرومي المدخن، الملح، الإبزار، البقدونس المفروم، الأرز المسلوق، البيضة، الزعيترة و الزبدة المذابة.



نرش صدر الديك الرومي بالملح و الإبزار ثم نضع الحشوة في أحد شريحتيه.



نغطي الحشوة بشريحة الصدر الأخرى ثم نخيط الجلد بالخيط الغذائي كي لا تتسرب الحشوة. نقلب الصدر على الجهة المخاطة لتوضع في آنية الفرن حيث تكون هي الجهة السفلى.



ندهن آنية فرن بالزبدة، نضع صدر الديك الرومي المحشو و نرش بالملح و الإبزار. نوزع قطع الزبدة على الآنية ثم نصب الماء. ندخل الآنية إلى الفرن المسخن بدرجة حرارة °180 لمدة 30 دقيقة تقريبا حتى تتحمر الجهة العليا للصدر.

# دجاج ببودرة الكوري



- دجاجة من وزن 1.5 كلغ
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملح و إبزار
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملعقة كبيرة من بودرة الكوري (curry)
- كأس شاي من الماء

**للتقديم :**

- 200 غ من المقرونة
- قليل من الزيت و قليل من الزبدة
- صلصة البيشاميل (أنظر الصفحة 5)

عند إنهاء تحضير البيشاميل نضيف لها ربع لتر من الحليب لتصبح سائلة



نغسل الدجاجة جيدا و نقطعها إلى قطع متساوية.
في مقلاة، فوق نار هادئة، نحمر قطع الدجاج في الزبدة. نضيف الملح، الإبزار، الثوم و بودرة الكوري. نحرك من حين لآخر ثم نفرغ الماء. نغطي المقلاة و نترك الكل يطهى لمدة 35 دقيقة تقريبا حتى يتبخر الماء كليا. (عند الضرورة نضيف الماء، حتى يطهى الدجاج).



نسلق المقرونة في ماء مملح مع قليل من الزيت. نصفيها، نذيب فيها ملعقة صغيرة من الزبدة و نضعها في وسط طبق ثم نحيطها بقطع الدجاج المحمرة. عند التقديم، نسقي المقرونة بصلصة البيشاميل.



# ساندويتش بكفتة الدجاج



- 500 غ من لحم الدجاج أو لحم الديك الرومي المفروم بدون توابل
- 2 ملاعق كبيرة من الزيت
- 2 ملاعق كبيرة من عصير الحامض
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- 2 ملاعق كبيرة من القزبر و البقدونس المفرومين
- 2 ملاعق كبيرة من الزيتون المقطع
- ملح و إبزار
- بصلة متوسطة الحجم محكوكة

**للتقديم :**

- دوائر خبز الساندويتش بالجنجلان
- صلصة المايونيز أو الكتشوب
- أوراق الخس
- قطع من جبن الساندويتش
- دوائر من الطماطم



في إناء نخلط جيدا كفتة الدجاج مع الزيت، عصير الحامض، الثوم، القزبر، البقدونس، قطع الزيتون، الملح، الإبزار و البصل.



فوق طاولة مدهونة بقليل من الزيت نورق الكفتة و نقطع دوائر بطابع دائري ثم نقليها في قليل من الزيت. عند التقديم، نشطر الخبز إلى نصفين و ندهن قطعة منه بقليل من صلصة المايونيز ثم نصفف كلا من أوراق الخس، الجبن، الكفتة المقلية، دوائرالطماطم و نغطي بقطعة الخبز العلوية.

# طيور الحمام بالأرز و اللوز
## (حمام قدرة)

- حبتان كبيرتان من البصل مقطعتان إلى مربعات صغيرة
- 150 غ من الزبدة
- ملح
- 4 فصوص ثوم مهروسة
- ربع ملعقة صغيرة من الزنجبيل
- ربع ملعقة صغيرة من الإبزار
- قليل من الزعفران الملون
- زلافة صغيرة من اللوز مسلوق و مقشر
- 5 من طيور الحمام
- لتر و ربع من الماء
- زلافة من الأرز




## طريقة التحضير :



نذيب الزبدة في طنجرة و نقلي فيها البصل. نضيف الملح، الثوم، الزنجبيل، الإبزار، الزعفران الملون ثم اللوز و نحرك.



نضيف الحمام و نحرك من حين لآخر حتى يصبح لون البصل شفافا.



نفرغ الماء، نغطي الطنجرة و ندعها تغلي لمدة 30 دقيقة تقريبا مع مراقبة الطهي.



بعد مرور 15 دقيقة من الطهي، نضع الأرز في كاسرول و نضيف له مقدار زلافتين من مرق الحمام. نسلقه ثم يصفيه.

عند التقديم، نوزع الأرز في طبق على شكل أهرام ثم نصفف بينها طيور الحمام. نسقي بقليل من المرق ونزين بحبات من اللوز. نقدم هذا الطبق ساخنا مرفوقا بزلافة من مرق الحمام.

# أرنب بالأرز

- أرنب من وزن $1,5$ كلغ
- ربع كأس صغير من الزيت
- حبتان من البصل مفرومتان
- $4$ فصوص ثوم مهروسة
- ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ملعقة صغيرة من الزنجبيل
- قليل من الزعفران الملون
- حبتان طماطم محكوكتان
- لتر ونصف من الماء
- حبتان متوسطتان من الجزر
- زلافة متوسطة من الجلبانة منقاة
- زلافة كبيرة من الأرز
- ملعقة كبيرة من الزبدة

**للتزيين :**

- شرائط من الفلفل المقلي في الزيت و المرشوش بالملح
- أوراق البقدونس




## طريقة التحضير :



نغسل الأرنب بالماء المملح، نتركه يستقطر و نقطعه إلى 8 قطع.



على نار متوسطة، نسخن الزيت في طنجرة ثم نقلي الأرنب مع البصل، الثوم، الملح و التوابل. نحرك من حين لآخر حتى يتلون قليلا لحم الأرنب و نضيف الطماطم المحكوكة.



نفرغ لترا و نصفا من الماء، نغطي الطنجرة و ندعها تطهى لمدة 30 دقيقة أو حتى ينضج لحم الأرنب. خلال هذا الوقت ننقي الجزر و نقطعه قطعا صغيرة.



نزيل قطع الأرنب من المرق و نحتفظ بها جانبا. نبقي الطنجرة على النار، ثم نضع قطع الجزر و الجلبانة.



نضيف الأرز ليطهى مع الخضر. نزيل الطنجرة من فوق النار عندما يتبخر الماء كليا (يمكن إضافة الماء عند الضرورة). يجب مراقبة نضج الأرز.

في مقلاة خاصة بالبايلا و مدهونة بالزبدة (أو في آنية فرن)، نفرغ الأرز بالخضر و نصفف قطع الأرنب و شرائط الفلفل المقلي.
ندخل المقلاة إلى الفرن المسخن، لتتحمر قطع الأرنب و ذلك لمدة 15 دقيقة. يقدم هذا الطبق ساخنا و مزينا بأوراق البقدونس.

# دجاج محشو بالخضر

- دجاجة من وزن كيلو و نصف

**الحشوة :**

- حبة بطاطس
- حبة جزر
- 50 غ من الشعرية الصينية
- ملعقة كبيرة من القزبر المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- كبد الدجاجة
- قنصة الدجاجة
- قليل من الكوزة المحكوكة
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- فصان ثوم مهروسان
- نصف مكعب البنة بنكهة الدجاج

**للتقديم :**

- 2 ملاعق كبيرة من الخردل (la moutarde)
- حبتان بطاطس
- حبتان جزر
- حبتان قرع




## طريقة التحضير :

**الحشوة** : نغسل البطاطس و الجزر، نقشرهما و نقطعهما إلى مكعبات صغيرة ثم نسلقهما نصف سلقة في ماء مملح. في آنية صغيرة، نرطب الشعرية الصينية في ماء مغلي لمدة 5 دقائق ثم نصفيها و نقطعها.



في إناء، نضع كلا من قطع البطاطس، الجزر، الشعرية الصينية، القزبر، البقدونس، الكبد، قنصة الدجاجة، الكوزة المحكوكة، الملح، الإبزار، الزبدة، الثوم و ضامة البنة ثم نخلط الكل جيدا.



نغسل الدجاج جيدا، نستقطره و نملؤه بالحشوة.



نقفل الدجاجة بالعيدان الخشبية لمنع تسرب الحشوة أثناء الطهي.



نغلي لترين من الماء في طنجرة الضغط، نضع الدجاجة المحشوة في الكسكاس، نضيف الخضر المغسولة و المقطعة (جزر، قرع، بطاطس). نرش الكل بقليل من الملح و الإبزار و نبخر لمدة 30 دقيقة.



نبقي الخضر في الكسكاس لتحتفظ بحرارتها و نزيل الدجاجة. نضعها في صفيحة فرن وندهنها بالخردل. ندخلها الفرن المسخن درجة حرارته 200° لمدة 15 دقيقة حتى تتحمر. خلال هذه الأثناء، نقلي الخضر لمدة دقيقتين في قليل من الزبدة مع قليل من البقدونس المفروم.

**تقدم الدجاجة المحشوة مزينة بالخضر.**

# شهيوة الدجاج بدون عظم

- دجاجة من وزن 2 كلغ بدون عظم
- ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
- ملح و إبزار

**الحشوة :**

- 500 غ من كفتة الديك الرومي (بدون توابل)
- ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
- ملح
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- 3 ملاعق كبيرة من العنب الجاف (الزبيب)
- 4 شرائح أنناس مقطعة

**للتقديم :**

- حبتان من الجزر منقاة و مقطعة بالطول
- حبتان من القرع منقاة و مقطعة بالطول
- 250 غ من القرنبيط الأخضر (البروكولي)
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة




## طريقة التحضير :



نزيل عظام الدجاجة عند الجزار: نتخلص من عظم الصدر و عظم الظهر مع الإحتفاظ بعظم الفخذين و الجناحين.
نغسل الدجاج جيدا و نستقطره. ندهنه من الداخل بالثوم ثم نرشه بالملح و الإبزار.



في إناء، نخلط كلا من الكفتة، الثوم، الملح، البقدونس، الزبيب و الأنناس المقطع حتى تتجانس هذه العناصر.



نملأ الدجاجة جيدا بالحشوة.



نلف الدجاجة بالخيط الغذائي (حتى تأخذ شكلها الأول). يمكن الإستعانة بالعيدان الخشبية لمنع تسرب الحشوة أثناء الطهي.



نغلي لترين من الماء في طنجرة كسكس، نضع الدجاجة المحشوة في الكسكاس، نضيف الخضر المغسولة و المقطعة (جزر، قرع، قرنبيط أخضر). نرش الكل بقليل من الملح و الإبزار، نغلق الكسكاس و نبخر الكل لمدة 30 دقيقة.

نبقي الخضر في الكسكاس لتحتفظ بحرارتها و نزيل الدجاجة ثم ندهنها بالزبدة و ندخلها الفرن الساخن درجة حرارته 200° لمدة 15 دقيقة أو حتى تتحمر.

# دجاج بلدي بالفواكه المعسلة






- حبتان كبيرتان من البصل
- ربع كأس صغير من الزيت
- ملح
- 4 فصوص ثوم مفرومة
- ربع ملعقة صغيرة من الزنجبيل
- ربع ملعقة صغيرة من الإبزار
- قليل من الزعفران الملون
- دجاجة بلدية من وزن 1,5 كلغ و ما فوق
- قليل من الزعفران الحر
- لتر و نصف من الماء

**للتزيين :**

- علبة صغيرة من الأنناس
- ملعقتان كبيرتان من مسحوق السكر (سنيدة)
- عود القرفة
- 250 غ من التين الجاف (الشريحة)
- 250 غ من المشمش الجاف

## طريقة التحضير :



نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى مربعات صغيرة. نسخن قليلا من الزيت في الطنجرة و نقلي البصل مع إضافة الملح، الثوم المفروم، الزنجبيل، الإبزار و الزعفران الملون.



نضيف الدجاجة و الزعفران الحر و نحرك من حين لآخر ليتقلى الدجاج. نفرغ الماء و نقفل الطنجرة لمدة 45 دقيقة تقريبا. يجب أن نتأكد من نضج الدجاج.



في مقلاة، فوق النار، نفرغ سيرو الأنناس، نضيف مسحوق السكر، عود القرفة، التين الجاف، المشمش الجاف و الأنناس. نحرك باستمرار إلى أن يتبخر الماء و تتعسل الفواكه.

عند التقديم، نفرغ الصلصة في الطبق، نضع الدجاجة في الوسط و نزين بالفواكه المعسلة.

# ديك رومي محشو باللوز و القسطل

- 750 غ من اللوز
- كأس كبير من مسحوق السكر سنيدة
- 3 ملاعق كبيرة من مسحوق القرفة
- 500 غ من القسطل
- 450 غ من الزبدة
- كأس صغير من ماء الزهر
- ديك رومي متوسط الوزن
- حبة كبيرة من البصل مقطعة إلى مربعات
- ملعقتان كبيرتان من الملح
- ملعقة صغيرة من بودرة الزنجبيل
- ملعقة صغيرة من الإبزار
- الزعفران الحر
- الزعفران الملون
- لتر و نصف من الماء
- 250 غ من مسحوق السكر
- علبة صغيرة من الأناناس
- عود القرفة
- المشمش الجاف
- حبات من القسطل






نسلق اللوز، نقشره، نفرمه قليلا بالطحانة الكهربائية ثم نضعه في إناء. نضيف له كأسا كبيرا من مسحوق السكر و ملعقتين كبيرتين من مسحوق القرفة. نبخر القسطل و نكسره قليلا في الطحانة الكهربائية ثم نضيفه للوز.



نذيب 250 غ من الزبدة في كاسرول و نفرغها فوق الخليط. نضيف نصف كأس صغير من ماء الزهر و نخلط الكل جيدا.



نغسل الديك الرومي جيدا ثم نملأه بالحشوة و نغلق بالخيط الغذائي.



نذيب 200 غ من الزبدة في طنجرة كبيرة تتسع للديك الرومي و نحمر فيها البصل. نضيف الملح، الزنجبيل، الإبزار، القرفة، الزعفران الحر ثم الزعفران الملون.



نضع الديك الرومي في الطنجرة ليتقلى قليلا مع الحرص على الحفاظ على جلده سليما. نفرغ نصف لتر من الماء ثم نغلق الطنجرة و ندعها تغلي لمدة 40 دقيقة تقريبا. يجب أن نتأكد من نضج لحم الديك الرومي.



نفتح الطنجرة، نضيف 250 غ من مسحوق سكر سنيدة و نصف كأس صغير من ماء الزهر ثم نترك الديك يتعسل و يأخذ لونا ذهبيا من جميع الجهات. في مقلاة على نار هادئة، نفرغ سيرو الأنناس و مسحوق السكر ثم نحرك. نضيف عود القرفة، دوائر الأنناس، المشمش الجاف و القسطل. نترك الكل يتعسل و نحرك من حين لآخر حتى يتبخر الماء و نزيل من النار ثم نقدم الديك الرومي مزينا بالمرق و الفواكه المعسلة.

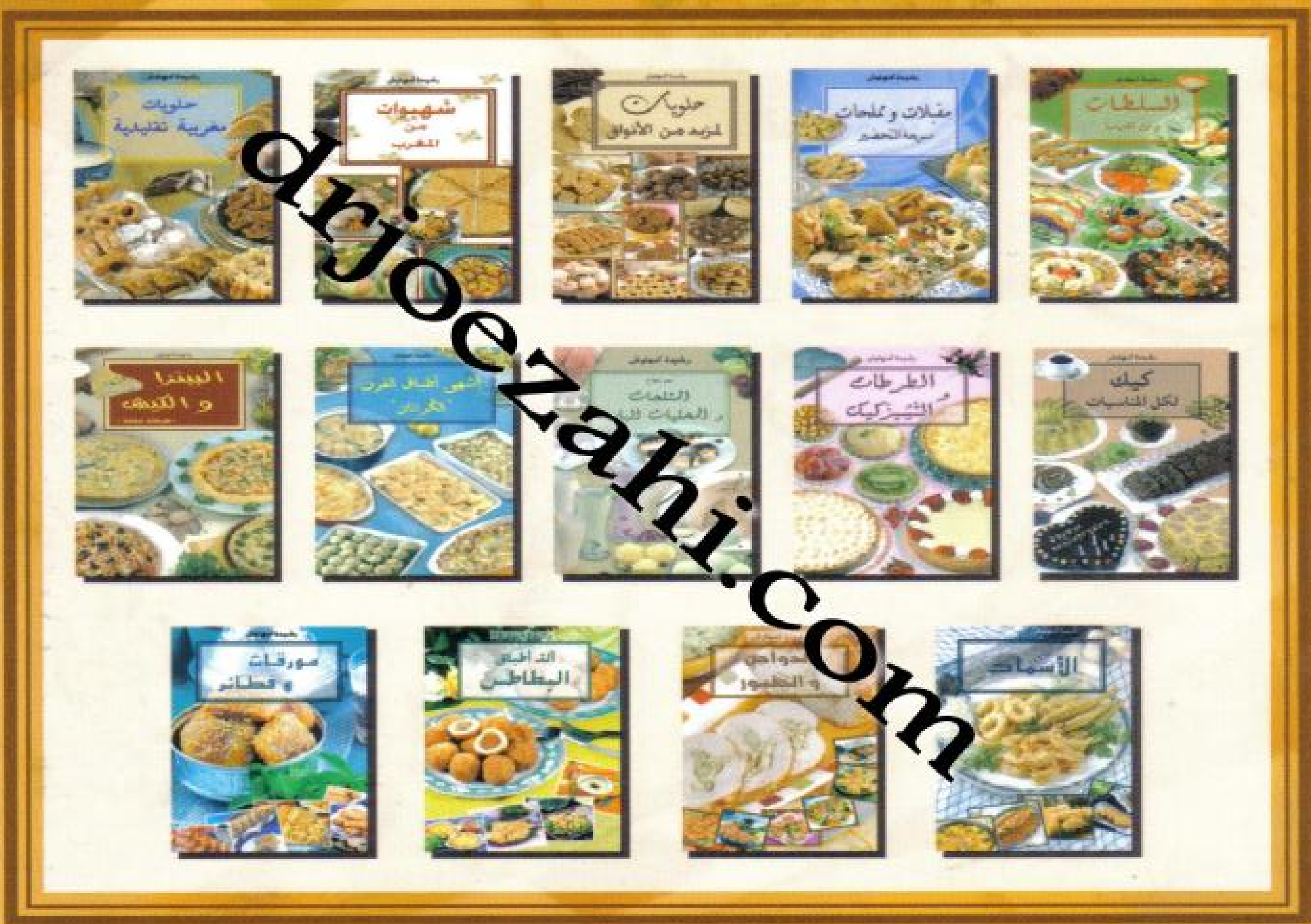


2
4
6
8
10
12
14
16
18
20
22
24
26
28
30
32
34
36
38
40
42
44
46
48
50
51
52
54
56
58
60
62




# الفهرس








Editions HAARAOUI

ISBN 9954-459-48-0
9 789954 459485




| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 | 0 | 2009-09-17 04:45 بواسطة هدى | مجلة لها العدد 2003 - أناهيد دونيكيان<br>هدى |
| 15 | 3 | 2009-09-17 03:39 بواسطة هدى | كتاب حلويات ماجدولين<br>nayla |
| 33 | 5 | 2009-09-17 01:17 بواسطة ilhem | كتاب Viennoiserie - سميرة<br>ilhem |
| 22 | 3 | 2009-09-17 03:47 بواسطة handibae | كتاب شهرزاد بريوش وكعيكعات - نادية بوغلوس<br>ilhem |
| 73 | 16 | 2009-09-16 04:36 بواسطة هدى | كتاب Gâteaux simple et délicieux - معمري نادية (1 2)<br>هدى |
| 68 | 12 | 2009-09-17 10:38 بواسطة أم سامي | كتاب الحلويات و المأكولات الليبية (1 2)<br>أم سامي |
| 97 | 19 | 2009-09-16 06:16 بواسطة nayla | كتاب للحلويات المغربية لفاطمة ام عبده (1 2)<br>nayla |
| 47 | 8 | بواسطة هدى | كتاب ... ثانية 2 - ابو الهدى<br>هدى |
| 71 | 13 | 2009-09-15 04:36 بواسطة هدى | كتاب فقاص، غريبة وشهيوات تقليدية - الحاجة كلثوم (1 2)<br>هدى |
| 74 | 7 | 2009-09-14 10:42 بواسطة nayla | كتاب حلويات مسك الليل2 - ليلى بقة<br>nayla |
| 51 | 10 | 2009-09-16 10:17 بواسطة nayla | كتاب حلويات مسك الليل 1 - ليلى بقة (1 2)<br>nayla |
| 90 | 18 | 2009-09-16 02:06 بواسطة nayla | كتاب وصفات مغربية مصورة (1 2)<br>nayla |
| 62 | 6 | 2009-09-15 10:17 بواسطة mokadem | كتاب Gâteaux traditionnels 2 - سميرة<br>أم سامي |